



Starten met Zytiga®



Az Damiaan
Dicht bij het leven

SAP 12586

© Az Damiaan vzw, maart 2020. Niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming.

Deze brochure bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met uw zorgverlener.

Geachte mevrouw
Geachte heer


Uw arts heeft samen met u beslist om te starten met Zytiga®. De diagnose, de angst en onzekerheid omtrent de toekomst en de langdurige therapie maken het voor u lastig.

Met deze informatiebrochure willen we u en uw familie beter inlichten over het verloop van de therapie en de eventuele bijwerkingen. Duidelijke informatie kan een deel van de angst, die gepaard gaat met uw aandoening, wegnemen.


Het spreekt vanzelf dat u met al uw bijkomende vragen steeds terecht kan bij uw arts of bij de verpleegkundigen van het oncologisch dagziekenhuis.

We wensen u alle beterschap toe.

Telefoon zorgenheid 235:

 059 41 63 20, elke werkdag tussen 07.30u en 18.30u. Op vrijdag is het dagziekenhuis om 17.30u gesloten.

Telefoon spoedgevallen:

 059 41 40 80

Zytiga®

Wat is Zytiga®?

De werkzame stof van Zytiga® is Abiraterone. Dit is een geneesmiddel dat zich vasthecht aan een bepaalde stof in sommige kankercellen, waardoor de groei van deze cellen wordt geremd.

Het geneesmiddel Zytiga® wordt toegediend in de vorm van tabletten.

Naast Zytiga® zal u ook nog Prednisone 10 mg 1 x per dag moeten innemen. Dit dient ter ondersteuning van de behandeling, bijvoorbeeld om de bijwerkingen te beperken.

Hoe wordt Zytiga® toegediend?

Het geneesmiddel Zytiga® wordt toegediend in de vorm van tabletten. Zytiga® bestaat in tabletten van 250 mg. Zytiga® tabletten zijn enkel in het ziekenhuis te verkrijgen.

U moet dagelijks 4 tabletten Zytiga® innemen met een groot glas water. U mag ten minste twee uur vóór en één uur na het innemen van de tabletten niet eten. Deze medicatie neemt u dus altijd nuchter in. NIET op deze medicatie kauwen, NIET verpulveren en NIET in twee delen.

Zytiga® altijd op hetzelfde tijdstip innemen.

Bij vergetelheid mag u NOOIT op eigen initiatief de vergeten dosis Zytiga® inhalen. Vraag advies bij uw behandelende arts/verpleegkundige.

Bijzondere aandachtspunten

- Zytiga® moet bewaard worden op kamertemperatuur op een veilige plaats en zeker buiten het bereik van kinderen.
- Bij braken vlak na de inname van Zytiga®:
 - als alle capsules of tabletten zichtbaar zijn, mag u de voorgeschreven dosis herhalen.
 - als niet alle capsules of tabletten zichtbaar zijn, mag de voorgeschreven dosis niet terug ingenomen worden. Vraag advies bij uw behandelende arts/verpleegkundige.

- Eet geen pomelmoes, drink geen pomelmoessap of gebruik geen preparaten op basis van Sint-Janskruid. Pompelmoes en Sint-Janskruid kunnen de werking van Zytiga® nadelig beïnvloeden.
- Interactie met medicatie: u moet voorzichtig zijn met de inname van andere geneesmiddelen en kruidengeneesmiddelen. Sommige geneesmiddelen kunnen de werking van Zytiga® nadelig beïnvloeden. Bespreek uw huidige medicatie met uw behandelende arts.
- Voorbeelden van dergelijke geneesmiddelen zijn:
 - Ketoconazol, itraconazol, voriconazol, fluconazol;
 - Ritonavir, efavirenz, nevirapine;
 - Erytromycine, clarithromycine, telithromycine;
 - Rifampicine;
 - Carbamazepine, fenobarbital, fenytoïne;
 - Verapamil, diltiazem;
 - Ciclosporine;
 - Dextromethorfan.
- Breng overgebleven medicatie terug mee naar het ziekenhuis

Meest voorkomende bijwerkingen voor uw schema

- diarree
- vermoeidheid
- verandering van de bloeddruk. Volg uw bloeddruk goed op. Indien u last ondervindt van hartkloppingen of duizeligheid neemt u contact op met uw arts/verpleegkundige.
- vochttopstapeling onder de ogen, benen en de voeten. Volg uw gewicht goed op. Indien u last hebt van korte ademhaling neemt u contact op met uw arts/verpleegkundige.

Praktische informatie omtrent deze problemen vindt u terug in deze brochure, alsook algemene informatie betreffende:

- emotionele veranderingen
- constipatie.

Diarree

Omschrijving

De chemotherapie kan de cellen van uw darmen aantasten waardoor diarree ontstaat. Dit is van tijdelijke aard. Diarree kan ook veroorzaakt worden door een infectie.

Adviezen

- Drink voldoende: min. 1,5 l per dag (water, appelsap, wortelsap, ontvette bouillon, lichte thee, cola). Bij koolzuurhoudende dranken laat u eerst het gas ontsnappen.
- Indien u last hebt van diarree, start dan met de inname van Loperamide (Immodium®). Neem direct 2 capsules in. Na iedere volgende neemt u terug 1 capsule Immodium® en dit tot 5 á 6 capsules per dag.
- Verkies licht verteerbare, vezelarme voedingsmiddelen zoals rijst, beschuiten, magere yoghurt, vis, gevogelte, magere smeerkaas, wit brood, magere witte kaas, wortelsap, ontvette bouillon, ...
- Probeer voldoende zout (vb. bouillon) en kalium (vb. banaan, tomatensap, abrikozensap) in te nemen met de maaltijden om elektrolytenstoornissen te voorkomen.
- Eet kleine porties, maar eet vaker.
- Te mijden:
 - voeding die krampen veroorzaakt (koffie, kolen, bonen)
 - te vette voeding of te sterk gekruide voeding
 - vers fruit en/of rauwkost
 - te koude of te warme voedingsmiddelen/dranken

Een uitgebreid voedingsadvies betreffende diarree is te verkrijgen op de afdeling.

Algemene adviezen

- Observeer uw stoelgangpatroon. Hoeveel maal per dag is er diarree en hoe is de samenstelling ervan.
- Verzorg uw huid na elke ontlasting om kloven ter hoogte van de anus te voorkomen.
- Neem nooit zomaar geneesmiddelen in tegen diarree alvorens contact op te nemen met uw arts.

Raadpleeg uw arts of verpleegkundige bij

- aanhoudende vloeibare stoelgang
- bloederige, slijmerige of zwarte stoelgang
- koorts hoger dan 38,5°C
- gewichtsdeling
- uitdrogingsverschijnselen (droge mond en/of tong, minder of donkergekleurde, troebele urine).

Vermoeidheid

Omschrijving

Naarmate de therapie vordert, kunt u meer last krijgen van vermoeidheid. Soms is dit te wijten aan een specifiek probleem zoals bloedarmoede. Meestal echter vindt men geen aanwijsbare oorzaak en wordt de moeheid door de chemotherapie veroorzaakt. De duur van de klachten verschillen van persoon tot persoon. De klachten verdwijnen niet onmiddellijk na het stoppen van de therapie. Soms kunnen ze, in mindere mate, nog enkele maanden blijven aanslepen.

Adviezen

- Plan uw activiteiten en spreidt ze over de dag.
- Doe alleen datgene wat u zelf belangrijk vindt.
- Durf hulp te vragen aan familie of via een organisatie, wanneer u de noodzakelijke taken niet meer aankunt.
- Bouw extra rustpauzes in als u moe bent. Zorg wel dat u 's nachts nog kunt slapen.
- Neem voldoende nachtrust.

De Vlaamse Kankerliga heeft eveneens een folder over 'Vermoeidheid bij kanker' die u gratis kunt verkrijgen.

Raadpleeg uw arts of verpleegkundige

- Als de vermoeidheid extreem toeneemt.
- Indien u uw dagelijkse taken niet meer alleen kunt uitvoeren.
- Wanneer u last hebt van hartkloppingen, evenwichtsstoornissen, krachtverlies, duizeligheid, concentratiestoornissen.
- Wanneer u 's nachts niet kan slapen.

Emotionele veranderingen

Omschrijving

De diagnose 'kanker' en het starten met chemotherapie betekent voor veel mensen een emotionele belasting.

Veranderingen in het humeur kunnen van wisselende aard zijn. Ze verschillen van persoon tot persoon. Zo kunt u last hebben van plotse huilbuien zonder aanleiding, woede uitbarstingen, neerslachtigheid, onverschilligheid, ...

Deze veranderingen zijn meestal van tijdelijke aard.

Adviezen

- Probeer uw gevoelens te verwoorden. Kunt u dit niet bij uw familie of vrienden, praat erover met professionele hulpverleners. Denk niet dat men niet bezorgd is om uw welzijn, vaak durven mensen niet als eerste over uw situatie praten. Een goed gesprek kan voor opluchting zorgen.
- Probeer een positieve ingesteldheid te ontwikkelen. Concentreer u op dingen waar u zich goed bij voelt.
- Uzelf af en toe verwennen kan nuttig zijn.
- Probeer stresssituaties te vermijden. Zoek een aangename afleiding die tot ontspanning leidt.
- Concentreer u op het heden. Vandaag is de enige dag waar u momenteel moet aan denken want morgen gaat het vast beter en gisteren is voorbij.
- Kunt u er met niemand over praten, probeer uw gevoelens dan neer te schrijven.

Raadpleeg uw arts of verpleegkundige

- Wanneer u behoefte hebt om over uw gevoelens te praten.
- Wanneer u denkt dat professionele hulpverleners u kunnen helpen. Zij kunnen u in contact brengen met vb. een psycholoog, een maatschappelijk werker.
- Wanneer u dag en nacht piekert over de diagnose of de behandeling.
- Wanneer u veel weent.
- Wanneer u aan niets nog plezier beleeft.

Praktische tips bij uw dagelijkse activiteiten

Persoonlijke hygiëne

- Maak gebruik van een kruk of stoel om op te zitten tijdens de douche of aan de wastafel.
- Plaats een antislipmat om uitglijden te voorkomen.
- Uw haar wassen in de douche is gemakkelijker dan aan een wastafel.
- Laat handgrepen plaatsen waaraan u zich kunt optrekken bijvoorbeeld om op te staan van op het toilet, vanuit een ligbad.
- Gebruik een borstel of spons met een lange steel om bij uw rug te komen.
- Leg alles binnen handbereik vooraleer u begint.
- Draag geen te strakke of moeilijk te sluiten kleding.

Beweging

- Draag gemakkelijke schoenen met lage hakken.
- Zorg dat u op verschillende plaatsen in de woning kunt gaan zitten.
- Zorg voor voldoende rustmomenten gedurende de dag.
- Wanneer het toilet zich op een andere verdieping bevindt, overweeg dan om een toiletstoel te gebruiken.
- Maak gebruik van een rolstoel voor wandelingen of uitstappen.
- Pas uw activiteiten aan aan uw eigen tempo.

Huishouden

- Verdeel de huishoudelijke taken over de ganse week zodat u elke dag iets kunt doen.
- Probeer zoveel mogelijk zittend te werken, bijvoorbeeld strijken, eten voorbereiden, afwassen.
- Doe de boodschappen wanneer het rustig is in de winkel.
- Gebruik een boodschappenwagentje in plaats van een mand.
- Maak gebruik van een boodschappentas op wieltjes om uw boodschappen mee naar huis te nemen.
- Laat de afwas aan de lucht drogen.
- Maak dubbele porties eten klaar en bewaar de rest in de koelkast voor de dag nadien of bewaar het in de diepvries voor later.
- Huishoudelijke spullen die u vaak nodig hebt, plaatst u best op borsthoogte om bukken of strekken te beperken.
- Maak gebruik van de hulpmiddelen die u hebt zoals mixer, magnetron, elektrische blikopener.

Kinderen

- Kinderen kunnen heel wat zaken zelf, geef instructies in plaats van zelf alles te doen.
- Leer kleine kinderen op uw schoot klimmen in plaats van ze op te tillen.
- Plan geen vermoeiende trips.
- U kunt met de kinderen spelen terwijl u kunt zitten.
- Maak van een aantal huishoudelijke taken een spelletje.
- Laat de kinderen op school eten.¹³
-

Plan de vakanties zo dat de kinderen aangename dingen kunnen doen en u toch rust ondervindt, bijvoorbeeld sportevenementen, kamp met jeugdbeweging ...

Nachtrust

- Voer vaste gewoontes in voor u naar bed gaat.
- Vermijd te lange dutjes overdag.
- Een slaapmutsje kan het inslapen bevorderen.
- Hou de slaapkamertemperatuur aangenaam (16-18°C).
- Zorg voor zo weinig mogelijk storende geluiden.
- Vermijd stimulerende middelen zoals cafeïne.

Waar kunt u terecht

Wanneer u of uw gezinsleden thuis met vragen of problemen blijven zitten, aarzel dan niet om tussendoor contact op te nemen met het ziekenhuis.

U kunt terecht bij het dagziekenhuis oncologie: van maandag tot vrijdag, van 07.30u tot 18.30u (☎ 059 41 63 20). Op vrijdag is het dagziekenhuis om 17.30u gesloten.

Buiten deze uren of op feestdagen kunt u terecht op de dienst spoedgevallen (☎ 059 41 40 80).

Verpleegkundig consulent oncologie: ☎ 059 41 63 33.

Psycholoog: ☎ 059 41 43 06.

Dieetdienst: ☎ 059 41 67 28 of 059 41 67 32 of 059 41 67 37.

Ook de sociale dienst staat tot uwer beschikking, onder andere voor vragen betreffende:

- financiële hulpverlening (prothesemateriaal, invaliditeit, palliatief verlof,...)
- sociale hulpverlening (zelfhulpgroepen, psychologische hulpverlening,...)
- praktische hulpverlening (thuiszorg, administratie,...)

U kunt de sociale dienst bereiken op het nummer ☎ 059 41 40 73.

Praktisch

U komt op raadpleging

Na het inlezen van uw identiteitskaart kan u, naargelang uw code gerechtigde bij uw mutualiteit:

- betalen via bankkaart aan de kiosk en ontvangt u etiketten om u rechtstreeks te begeven naar de wachtzaal van de raadpleging ofwel
- krijgt u een ticket om zich eerst te laten inschrijven bij de dienst inschrijvingen (route 1)

Na inschrijving kan u zich begeven naar de wachtzaal van de raadpleging. U hoeft zich boven nergens meer aan te melden. De dokter komt u halen als het uw beurt is.

U wordt opgenomen op het oncologisch dagziekenhuis of een andere zorgeenheid

Bij aankomst in het ziekenhuis dient u zich eerst aan te melden aan de kiosk voor het inlezen van uw identiteitskaart.

Indien alle administratieve documenten (verklaring van hospitalisatie) reeds in orde werden gebracht vóór de dag van opname, dan ontving u etiketten om u rechtstreeks naar het dagziekenhuis/de zorgeenheid te begeven.

Indien op de dag van opname de administratieve documenten (verklaring van hospitalisatie) nog niet in orde zijn, dan krijgt u een etiket en wordt u doorverwezen naar het loket van de dienst inschrijvingen (route 1). Na inschrijving kan u zich begeven naar het dagziekenhuis (route 235) of de respectievelijke zorgeenheid.

U wordt opgenomen op de palliatieve eenheid

De palliatieve eenheid is bereikbaar via route 515.

Bereikbaarheid ziekenhuis

Met de auto

Indien u komt van de A10: via Kennedyrondpunt, 2de afslag, aan de lichten naar rechts en de eerste rechts komt u aan de Gouwelozestraat. U kan parkeren in de parkeertoren. De meest actuele info rond de parkeertarieven zijn terug te vinden op <https://azdamiaan.be/nl/naar-het-ziekenhuis/bereikbaarheid>.

Met het openbaar vervoer

Vanuit station Oostende: afstapplaats Az Damiaan = Gouwelozestraat (t.h.v. het klooster)

- Lijn 21: Oostende - Zandvoorde - Oudenburg - Eernegem
- Lijn 22: Oostende - Zandvoorde - Oudenburg - Ettelgem
- Lijn 23: Oostende - Zandvoorde - Oudenburg - Westkerke

Vanuit centrum Oostende en station Oostende: afstapplaats Az Damiaan = Konterdamkaai (inrit parking)

- Centrubus: Marie-Joséplein - station - ziekenhuis

De dienst spoedgevallen bevindt zich aan de Konterdamkaai, aan de achterzijde van het ziekenhuis.

Nuttige adressen

Vlaamse Kankertelefoon

elke dag tussen 09.00u en 17.00u te bereiken

telefoon: ☎ 0800 35 445

Kom op tegen kanker

telefoon: ☎ 02 227 69 69

Internetadressen:

www.oncologie-azdamiaan.be

www.komoptegenkanker.be

www.borstkanker.net

www.kankerbestrijding.nl

www.cancernews.com

www.vermoeidheid.be

NOTITIES

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Deze brochure werd opgemaakt door de dienst
Medische Oncologie van Az Damiaan.

Az Damiaan vzw
Gouwelozestraat 100
8400 Oostende
Tel. +32 (0)59 41 40 40
Fax +32 (0)59 41 40 20
info@azdamiaan.be
www.azdamiaan.be